

De kracht van Kunst & cultuur op positieve gezondheid

Er is steeds meer aandacht voor positieve gezondheid. Daarbij gaat het, naast genezen, om preventie en zingeving. LKCA onderzocht met het Institute for Positive Health hoe actieve cultuurparticipatie kan bijdragen aan positieve gezondheid.

Wat betekent cultuurparticipatie binnen de eerstelijnsgezondheidszorg? Dat onderzochten LKCA en het institute for Positive Health (iPH). Ze presenteerden de resultaten in november 2023 in het rapport '[Kunst als \(ver\)wondermiddel](#)'. Naast literatuuronderzoek, zijn er ook vijf praktijkcases bestudeerd, verspreid over Nederland. De onderzoekers spraken in elk van de vijf cases met een betrokkene uit cultuur, zorg, en welzijn en met een deelnemer.

Brug tussen gezondheid en kunst & cultuur

Een van de onderzoekers is [Josefiene Poll](#), specialist onderzoek bij LKCA. 'We willen een brug slaan tussen gezondheid en kunst & cultuur,' vertelt ze. 'Al in 2019 bleek uit onderzoek van de World Health Organisation (WHO) dat kunst waarde heeft voor gezondheid, maar het bleef onduidelijk hoe het zit voor actieve cultuurparticipatie. Daar richt ons onderzoek zich op. We hebben studies geanalyseerd uit Europese landen, zoals het Verenigd Koninkrijk en Scandinavië, maar ook uit landen buiten Europa, zoals Australië en de Verenigde Staten.'

Positieve resultaten

Het onderzoek laat zien dat kunst & cultuur bijdragen aan alle dimensies van Positieve Gezondheid, zowel voor mensen met een chronische aandoening als voor anderen. Ook de betrokken professionals uit cultuur, zorg en welzijn ervaren opbrengsten voor zichzelf: daar waar de grenzen van hun professe hun soms belemmeren om mensen verder te helpen, kan dit nu wel. Hierdoor ervaren zij zingeving.

Toch zijn niet alle vragen beantwoord. Zo is het moeilijk om uitspraken te doen over bepaalde kunst disciplines. Er is bijvoorbeeld veel meer onderzoek gedaan naar muziek en dans dan naar theater, film en video. En veel onderzoeken komen uit het buitenland. Dan is het de vraag of je die resultaten kunt vertalen naar de situatie in Nederland.

Bij wie is er een opbrengst?

De geanalyseerde studies richten zich niet op dezelfde groepen mensen. Bij een aantal studies zijn de mensen vijftig jaar en ouder. Toch zijn er ook studies die opbrengsten laten zien bij jongeren. In de meeste studies zijn de deelnemers vrouwen. De vraag is of de resultaten dan zonder meer ook gelden voor mannen. Dat geldt ook voor verschillen in sociaaleconomische status en culturele achtergrond. Deze aspecten zijn niet in alle onderzoeken goed beschreven. Soms werd gekeken naar opleidingsniveau en soms naar inkomen. Dat is lastig vergelijken. 'Meer onderzoek naar jongeren, mannen, sociaaleconomische status en culturele achtergrond is dus wenselijk,' stelt Poll.

Complex

Actieve cultuurparticipatie leidt dus tot een positief effect op positieve gezondheid. 'Maar dat is wel makkelijk gezegd,' stelt Poll. Niet alle kunstdisciplines en doelgroepen komen goed aan bod in de studies. En welke invloed heeft de duur van de activiteiten. Zijn kortlopende trajecten beter dan langlopende? Hoe intensief moet de tijdsinvestering van de deelnemers zijn? Welke kennis en vaardigheden zijn nodig bij de uitvoerende professionals? En vooral, wie neemt deel aan dit soort activiteiten, hadden deelnemers bijvoorbeeld al interesse in kunst en cultuur of juist niet?' Al deze kenmerken kunnen verschillende mechanismen in gang zetten die op hun beurt weer een wisselwerking hebben met de kenmerken van de culturele activiteit.

Wat het ook complex maakt, is dat positieve gezondheid bestaat uit zes dimensies die met elkaar samenhangen, maar ook met de mechanismen en kenmerken zoals hierboven beschreven. 'De bril van oorzaak en gevolg is daarom niet passend. Het is een complex ecosysteem waarin de verschillende onderdelen elkaar beïnvloeden,' vertelt Poll. 'Wij hebben maar liefst tachtig werkzame elementen weten te identificeren. Zo is bekend dat de begeleider een kunstprofessional moet zijn die de deelnemer en het proces boven het artistieke product stelt. Ook weten we dat er gewerkt moet worden aan een artistiek eindresultaat, én dat daarnaast het proces van de deelnemers centraal moet staan. Maar we weten bijvoorbeeld nog niet hoe intensief een activiteit moet zijn. En verschilt dit wellicht per hulpvraag? Er valt dus nog veel te onderzoeken.'

Uitdagingen

In de praktijk zijn er genoeg uitdagingen om hiermee aan de slag te gaan. Soms hebben deelnemers een verwijzing nodig vanuit Zorg of Welzijn om mee te doen aan een culturele activiteit. Dat kan leiden tot een afhankelijkheidsrelatie; culturele partners moeten afwachten of artsen naar hen verwijzen en doorverwijzers vinden het soms lastig om te bepalen wie ze doorsturen.

Er zijn meer uitdagingen. Cultuur kijkt anders naar zaken dan Zorg en Welzijn. Een succesvolle samenwerking vraagt om forse investeringen in de relatie. Alle partijen moeten zich inzetten om elkaar te leren kennen. De laatste uitdaging die Poll noemt is de structurele financiering van een project. 'Financiering gebeurt vaak met projectgelden. Maar hoe ga je verder als die stoppen? Daar is lang niet altijd een oplossing voor.'

Cultuur op Recept Nijmegen

Het is interessant om in te zoomen op een casus uit het onderzoek: Welzijn op Recept Nijmegen, een initiatief van het Lindenberg Cultuurhuis dat mensen met psychosociale problemen ondersteunt bij het versterken van hun gezondheid en welzijn. 'Het is een zoektocht hoe je cultuur structureel inzet voor zorg en welzijn,' vertelt hoofd Cultuur en Maatschappij Björn Sluiter. 'In Nijmegen hebben we een alliantie opgericht van organisaties die elkaar informeren en samen projecten ontwikkelen.'

Een van die projecten is [Cultuur op Recept Nijmegen](#). De aangesloten allianties zijn Sterk Sociaal Werk, Bindkracht 10, de bibliotheek en Lindenberg Cultuurhuis. Samen bieden ze individuele - en groepstrajecten aan, organiseren ze workshops en activiteiten in de wijk. Ze prikkelen mensen om mee te doen. Inmiddels loopt het project twee jaar en hebben er 218 mensen deelgenomen, 32 aan individuele en 143 aan groepstrajecten. De rest sloot aan bij reguliere workshops.

Doorverwijzen

‘We hebben ervoor gekozen om aan te sluiten bij bestaande structuren en contacten, zoals bij welzijnscoaches in de wijken.’ vertelt projectleider Fenna Hendriks van de Nijmeegse welzijnsorganisatie Bindkracht 10. Deelname start meestal na een verwijzing van de huisarts. Samen met een cultuurcoach gaan deelnemers op zoek naar een passend aanbod. Is dat een groepsactiviteit, een activiteit in de wijk of individueel aanbod aan huis? ‘We begeleiden mensen persoonlijk,’ vertelt Hendriks. ‘Door te kijken naar wat bij hen past, bereiken we mensen die vaak afstand ervaren tot het culturele aanbod, bijvoorbeeld door een fysieke beperking.’

Resultaten

Cultuur op Recept kent positieve resultaten. Uit kwalitatief onderzoek onder deelnemers blijkt dat hun levenslust toeneemt en hun sociaal netwerk groeit. Ze spreken van ‘een zinvolle dagbesteding waar ze naar uit kijken’. Verder vinden ze het moeilijk om te benoemen wat het oplevert. ‘Ze komen vaak niet verder dan ‘plezier, energie, zelfvertrouwen en eigenwaarde,’ vertelt Hendriks. ‘Terwijl wij het hebben over ‘veerkracht, zelfredzaamheid en zingeving’. Soms leidt deelname tot nieuwe stappen in hun leven. En mensen uit de GGZ-wereld geven aan dat ze eindelijk worden gezien als deelnemer aan een leuke activiteit, in plaats van als cliënt. ‘Dat levert misschien wel net zoveel op als therapie,’ stelt Sluiter. ‘We kijken hoe we nog meer onderzoek kunnen doen om resultaten op te halen. Tegelijkertijd willen we deelnemers daar zo min mogelijk mee belasten en de interventie luchtig houden.’

Financiering

De financiering van dergelijke projecten is vaak ingewikkeld. Welzijn op Recept Nijmegen is mogelijk gemaakt via een projectsubsidie van het Fonds voor Cultuurparticipatie (FCP). Er zijn meer fondsen, zoals het VSBfonds en [Fonds Sluyterman van Loo](#) voor ouderen en ook gemeentes dragen vaak een steentje bij. Sommige mensen zijn verzekerd via hun zorgverzekering. Ook wordt creatief nagedacht over bekostiging. Zo is er een groep voortgezet door een vrijwilliger die door een professional is gecoacht. Daarbij is het belangrijk dat ook een vrijwilliger kwaliteit kan leveren. ‘En we zijn bezig met een vervolgsubsidie,’ vertelt Sluiter. ‘We gaan verkennen hoe we meer jongeren kunnen betrekken.’ Op dit moment bereiken we mensen van 20 tot 94 jaar, waarvan relatief veel mannen.’

Voor deelnemers zijn de activiteiten gratis, maar of dat zo blijft? Wanneer moet iemand zelf gaan betalen? ‘De financiële drempel voor deelname is hoog. Tegelijkertijd is het lastig dat deze mensen gratis meedoen aan activiteiten waar anderen voor betalen. Daar stoeien we nog mee,’ vertelt Sluiter.

Handige links

- Onderzoeksrapport [‘Kunst als \(ver\)wondermiddel’](#)
- [WHO bevestigt: Kunst en cultuur bevorderen de gezondheid](#)
- Het [CultureForHealth-rapport](#) over positieve effecten van kunst en cultuur op gezondheid
- Nederlands onderzoek naar [Kunst en Positieve Gezondheid](#) (2017)
- [Trainingsaanbod Werken met Positieve Gezondheid](#)
- Fontys [basistraining Werken met Positieve Gezondheid](#)
- Groep [Landelijk Expertnetwerk Kunst en Gezondheid via LinkedIn](#)